

تأثیر ورزش صبحگاهی در افزایش بهره وری کارکنان شهرداری قزوین

۱ بتول سخن سنج

۲ فرهاد رشوند

۳ محمدپارسا رشوند

۴ حمیده جلیلوند

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۸/۱۵ تاریخ چاپ: ۱۴۰۳/۱۱/۳۰

چکیده

هدف از انجام تحقیق پیش رو بررسی تأثیر ورزش صبحگاهی در افزایش بهره وری کارکنان شهرداری قزوین می باشد. پژوهش حاضر بر اساس هدف کاربردی است و از لحاظ روش توصیفی و از نوع پیمایشی محسوب می شود. جامعه آماری تحقیق کارکنان شهرداری قزوین می باشد که تعداد آنها ۲۰۰۰ نفر بوده که با استفاده از فرمول کوکران ۳۲۲ برآورد گردید و روش نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب شد. داده های از طریق پرسشنامه های استاندارد جمع آوری گردید پرسشنامه حاضر دارای روایی محتوایی و همچنین پایایی از طریق آلفای کرونباخ مورد سنجش قرار گرفت. برای تجزیه و تحلیل داده ها و بررسی فرضیات از روش معادلات ساختاری و نرم افزار PLS استفاده شد. نتایج بدست آمده از تجزیه و تحلیل داده ها حاکی از آن است که ورزش صبحگاهی و نشاط منعطف شده از آن بر روی بهره وری کارکنان شهرداری قزوین نقش کلیدی ایفا نموده و سبب افزایش بهره وری در بین کارکنان می گردد.

واژگان کلیدی

ورزش، نشاط، بهره وری، شهرداری قزوین

^۱ کارشناسی ارشد مدیریت اجرایی. (Email:bsokhansanj90@gmail.com)

^۲ کارشناسی ارشد مدیریت رسانه. (Email:farhad.rashvand@yahoo.com)

^۳ دانشجوی کارشناسی علوم ورزش، دانشجوی دانشگاه آزاد اسلامی واحد قزوین. (Email:m.parsa.rashvand@gmail.com)

^۴ کارشناسی ارشد مدیریت بازرگانی. (Email:h.jalilvand82@gmail.com)

مقدمه

منابع انسانی به عنوان مهمترین و با ارزش ترین منبع در موفقیت سازمان نقش بسزایی دارد چرا که منابع انسانی سازمان، قابلیت تغییر در عملکرد خود را دارد و اصلی ترین ابزار تحقق اهداف سازمانی محسوب می شود. توجه به نیازهای روحی و جسمی کارکنان، مورد توجه مدیران و مسئولین سازمانی می باشد و سعی بر آن است به شکل ها و شیوه های مختلف، نسبت به ارضای این نیازها اقدام شود این در حالی است که اغلب سازمان ها و ارگان های کشورمان، در وضعیت خوبی از لحاظ کارایی و بهره وری پرسنلی و در مجموع عملکرد قابل قبول شغلی قرار ندارند. کارشناسان داخلی معتقدند که معمولاً پایین بودن عملکرد شغلی کارکنان، یکی از مشکلات سازمان های ایرانی بوده و معمولاً سازمانها از این نقطه ضعف رنج می برند که کارکنان آنها از عملکرد فردی مناسب و مطلوبی برخوردار نیستند (نیازی و همکاران، ۱۳۹۴).

شاید یکی از دلایل عمده این موضوع، عدم توجه به شیوه ها و روش هایی است که می تواند بر بهره وری کارکنان موثر باشد. بسیاری از مدیران، کمبود بودجه و منابع مالی را بهانه این فقدان توجه می دانند در حالی که به زعم بسیاری از کارشناسان روشهای ساده تری به منظور ارتقای عملکرد فردی و افزایش سطح انگیزه پرسنلی وجود دارد. به نظر می رسد ورزش و انجام تحرکات فیزیکی یکی از این روش هاست که به طور بالقوه می تواند بر عملکرد فردی در هر سطحی تاثیرگذار باشد. به ویژه در مورد مشاغلی که به روحیه و شادابی بالاتری احساس نیاز می شود. همچنین مشاغلی که در آنها برخوردهای بیشتری با ارباب رجوعان محتمل است، به طراوت بیشتر کارکنان نیاز است. ورزش و انجام فعالیت های ورزشی، علاوه بر تندرستی و سلامت جسمانی، می تواند به عنوان بخشی از تعلیم و تربیت عمومی مطرح شود که نقش موثری بر توسعه همه جانبه و متوازن انسان دارد (محمدنژاد، ۱۴۰۱).

در حال حاضر ورزش و تفریحات سالم در کشورهای توسعه یافته یکی از سازوکارهای مهم رشد اقتصادی قلمداد می شود (چلمیس و همکاران، ۲۰۱۷). گرایش بسیار جامعه به ورزش و نیاز به مصارف کالاها و خدمات ورزشی باعث شده است تا صنعت ورزش روند درآمدزایی قابل ملاحظه ای را تجربه نموده و سهم بسزایی در اقتصاد کشورها داشته باشد. این صنعت با در اختیار داشتن عامل محرکی همچون مسابقات بزرگ ورزشی، امکان بهره مندی از فرصت های تبلیغاتی در رسانه های مختلف را فراهم کرده که این موضوع خود بستر لازم برای تعامل مابین صنعت، تجارت و ورزش را فراهم آورده است (هالکاس و زرمس، ۲۰۲۳). در پی آشکار شدن اهمیت ورزش، کشور های مختلف در حال بررسی تأثیرات اقتصادی ورزش هستند. اثراتی چون تولید کالاها و خدمات ورزشی، صادرات و واردات، هزینه های خانوار، تبلیغات، مشارکت در بازار بورس، پوشش رسانه ای، اشتغال، جذب گردشگر، حامیان مالی به عنوان اثرات مستقیم اقتصادی و ارتقای سلامتی جامعه، کاهش هزینه های درمان و به تبع آن توسعه برنامه های ملی سلامت، کاهش بزهکاری، کاهش غیبت کارکنان و افزایش عملکرد و بهره وری آنها و غیره تحت قالب اثرات اقتصادی غیرمستقیم هستند (ساعتچیان و همکاران، ۱۴۰۱).

ورزش در سلامت افراد جامعه، گذراندن اوقات فراغت و ایجاد ارتباط سالم و پیشگیری از بسیاری از مفاصل اجتماعی و انحرافات اخلاقی و به خصوص در نسل جوان، نقش برجسته‌ای را ایفا می‌کند. در حقیقت، امروزه انگیزه مردم از شرکت در فعالیت‌های ورزشی، رسیدن به درجات بالا و دستیابی به قهرمانی نیست، بلکه کسب سلامت، تندرستی، نشاط، روابط اجتماعی و دوری از بیماری‌ها می‌باشد (درخشنده قهفرخی، ۱۴۰۱). باتوجه به رشد فزاینده مشارکت مردم در ورزش، تقاضا برای کالاها و خدمات ورزشی نیز به شدت در حال افزایش است. از این رو صنعت محصولات ورزشی می‌تواند زمینه توسعه اقتصادی و سرمایه‌گذاری سودآور باشد (نظریان و همکاران، ۲۰۲۰). باتوجه به اینکه تولید کالاهای ورزشی یکی از حوزه‌های مهم صنعتی را تشکیل می‌دهد و دامنه آن هر روز گسترده‌تر می‌شود. ورزش همچون یک صنعت، کالاها و خدمات نوآورانه متنوعی را خلق می‌کند (خدادادی و همکاران، ۲۰۱۹). در این راستا در این تحقیق به دنبال پاسخگویی به سوال اصلی تحقیق هستیم که تاثیر ورزش صبحگاهی در افزایش بهره‌وری کارکنان شهرداری قزوین چگونه می‌باشد؟

روش تحقیق

پژوهش حاضر از دو بعد مد نظر قرار می‌گیرد: هدف و شیوه گردآوری داده‌ها. پژوهش حاضر از نظر هدف کاربردی می‌باشد. هم‌چنین از لحاظ روش، به لحاظ ارتباط بین متغیرها، این پژوهش توصیفی - همبستگی مبتنی بر مدل معادلات ساختاری به شمار می‌آید. جامعه آماری تحقیق کارکنان شهرداری قزوین می‌باشد که تعداد آنها ۲۰۰۰ نفر بوده که با استفاده از فرمول کوکران ۳۲۲ برآورد گردید و روش نمونه‌گیری تصادفی ساده انتخاب شد. داده‌های تحقیق با استفاده از پرسشنامه استاندارد جمع‌آوری گردید. برای تجزیه و تحلیل اطلاعات از دو آمار توصیفی و آمار استنباطی استفاده شد که در آمار توصیفی از شاخص‌هایی چون فراوانی، درصد، میانگین، انحراف معیار، و در آمار استنباطی از آزمون ضریب همبستگی پیرسون و مدل معادلات ساختاری با استفاده از نرم افزار SPSS22 و Smart PLS3 استفاده شد.

یافته‌های تحقیق

بررسی ویژگی جمعیت شناختی پاسخ‌دهندگان حاکی از آن است که ۳۶/۴۰٪ افراد پاسخ‌دهنده زن و ۶۴/۶۰٪ آنها مرد هستند. سن اکثر افراد پاسخ‌دهنده (۴۵/۲۳٪) بین ۳۰ تا ۴۰ سال و کمترین آنها (۱۶/۰۹٪) بین ۴۱ تا ۵۰ سال است. تحصیلات اکثر افراد پاسخ‌دهنده (۵۱/۷۳٪) کارشناسی ارشد و کمترین آنها (۱۲/۴۳٪) دیپلم و فوق دیپلم است. سابقه فعالیت اکثر افراد پاسخ‌دهنده (۴۶/۴۵٪) بین ۶ تا ۱۰ سال و کمترین آنها (۱۸/۶۰٪) بیشتر از ۱۵ سال است.

جدول ۱- نتایج آزمون کلموگروف اسمیرنوف شاخص‌های پژوهش

شاخص	سطح معناداری	نتیجه آزمون
ورزش	۰/۰۰۳	نرمال نیست
نشاط	۰/۰۱۱	نرمال نیست
بهره‌وری	۰/۰۰۱	نرمال نیست

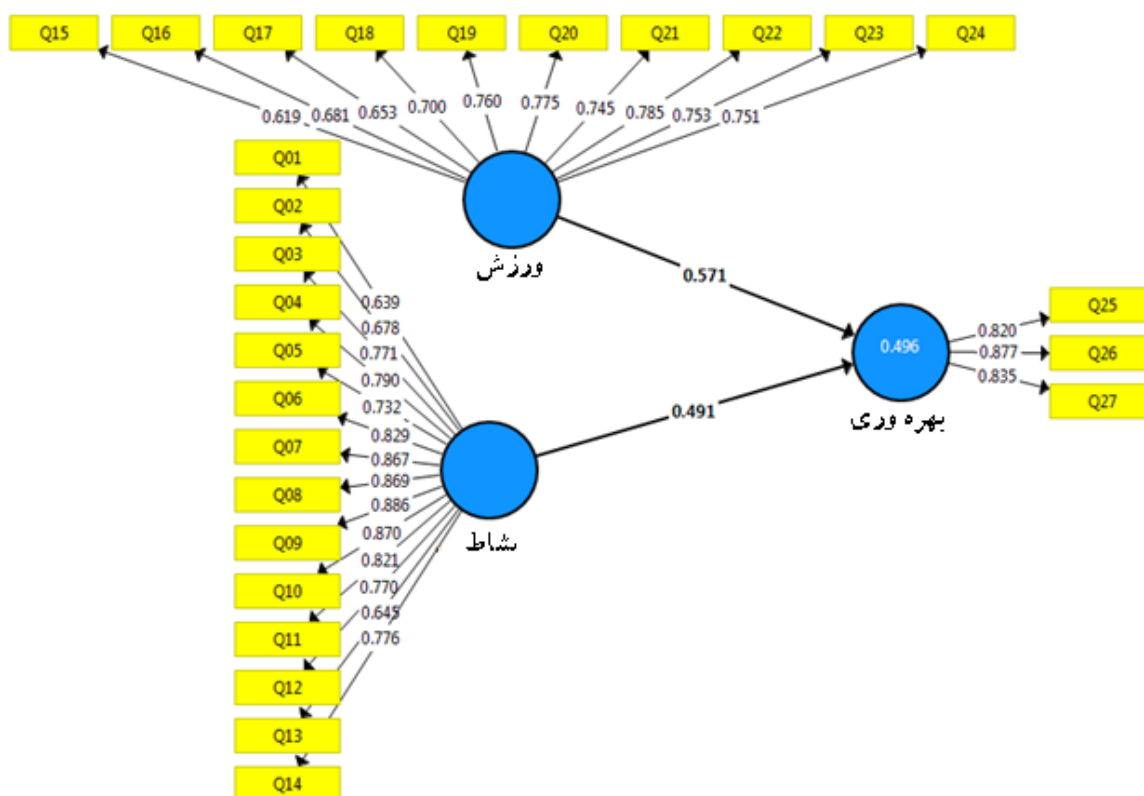
همانطور که از داده‌های جدول فوق مشخص است، سطح معناداری آزمون کلموگروف-اسمیرنوف برای تمامی متغیرها کوچکتر از مقدار ۰/۰۵ است. در نتیجه دارای توزیع غیرنرمال می‌باشند.

جدول ۲- AVE و همبستگی بین متغیرهای پرسشنامه تحقیق

ردیف	شاخص	۱	۲	۳
۱	ورزش	۰,۸۴۵		
۲	نشاط	۰,۵۳۹	۰,۷۸۶	
۳	بهره‌وری	۰,۶۸۸	۰,۶۰۹	۰,۷۲۴

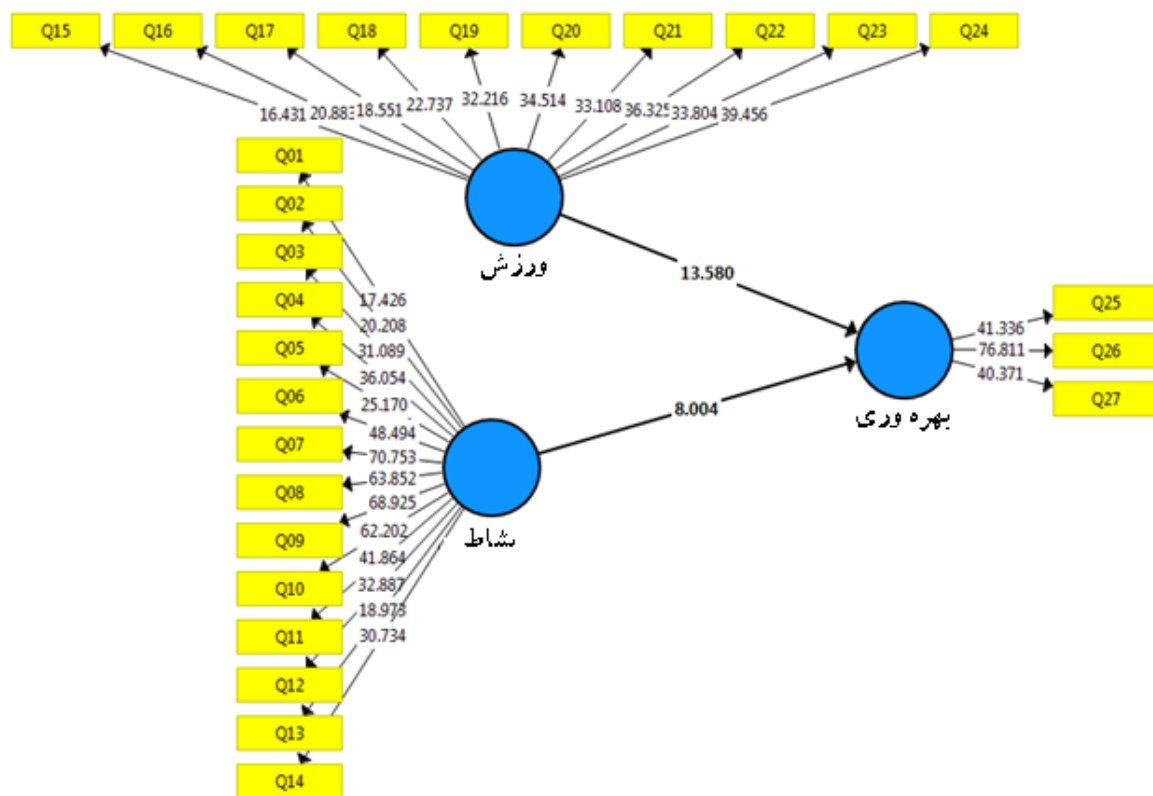
همانطور که از داده‌های جدول فوق مشخص است، جذر میانگین واریانس استخراج شده برای هر متغیر بیشتر از همبستگی آن متغیر با سایر متغیرها است. بنابراین روایی تشخیصی پرسشنامه تحقیق مورد تایید است.

پس از بررسی مدل اندازه‌گیری، نوبت به بررسی و آزمون مدل ساختاری پژوهش می‌رسد. خروجی گرافیکی مدل پژوهش به صورت زیر می‌باشد.



شکل ۱- ضرایب مسیر استاندارد مدل مفهومی پژوهش

اعداد نوشته شده بر روی مسیرها ضرایب مسیر را نمایش می‌دهد. برای آزمون معناداری ضرایب مسیر با استفاده از روش بوت استرپ^۱ مقادیر آزمون تی-استیودنت محاسبه شده است. اگر قدر مطلق مقادیر آزمون تی-استیودنت اگر مقداری بزرگتر و یا مساوی ۱/۹۶ باشد، ضریب مسیر در سطح $P < ۰/۰۵$ معنادار است.



شکل ۲- نتایج آزمون تی-استیودنت برای بررسی معناداری ضرایب مسیر

جدول ۳- نتایج برازش کلی مدل با معیار GOF

$\overline{R^2}$	$\overline{Communalities}$	$GOF = \sqrt{\overline{Communalities} \times \overline{R^2}}$
۰/۴۹۶	۰/۴۵۲	۰/۴۷۴

همانطور که در جدول فوق مشاهده می‌شود، مقدار میانگین مقادیر اشتراکی ($Communalities$) مقدار ۰/۴۵۲ و میانگین مقادیر R^2 برابر ۰/۴۹۶ بدست آمده است و با توجه به فرمول، مقدار معیار GOF معادل ۰/۴۷۴ بدست آمد که بزرگتر از مقدار ملاک ۰/۳ بوده و نشان از توان مناسب مدل در پیش‌بینی متغیر مکنون درون‌زای مدل دارد. برای بررسی فرضیه‌ها و آزمون معنی‌داری ضرایب مسیر بین متغیرها از خروجی نرم افزار استفاده شده است. مسیر و نتایج مربوط به معناداری آنها در جدول زیر داده شده است.

¹ Bootstrapping

جدول ۴- نتایج حاصل از ارزیابی مدل ساختاری برای بررسی فرضیه های پژوهش

ردیف	مسیر	ضریب مسیر (β)	عدد معنی داری (t-value)	نتیجه آزمون
۱	ورزش $\leftarrow$ بهره وری کارکنان	۰/۵۷۱	۱۳/۵۸۰	تایید
۲	نشاط $\leftarrow$ بهره وری کارکنان	۰/۴۹۱	۸/۰۰۴	تایید

در ادامه با توجه به خروجی مدل مفهومی پژوهش به بیان و بررسی فرضیه های پژوهش پرداخته خواهد شد.

فرضیه ۱: ورزش صبحگاهی در افزایش بهره وری کارکنان شهرداری قزوین تاثیر معناداری دارد.

آماره معنی داری بین متغیر ورزش صبحگاهی دو افزایش بهره وری کارکنان برابر (۱۳/۵۸۰) می باشد که بزرگتر از مقدار (۱/۹۶) است و نشان دهنده این است که ارتباط میان ورزش صبحگاهی و افزایش بهره وری کارکنان در سطح اطمینان (۹۵٪) معنی دار است. همچنین ضریب مسیر مابین این دو متغیر برابر (۰/۵۷۱) است و میزان تاثیر مثبت ورزش صبحگاهی بر افزایش بهره وری کارکنان را نشان می دهد. به عبارتی دیگر یک واحد تغییر در ورزش صبحگاهی، موجب افزایش ۰/۵۷۱ واحدی در بهره وری کارکنان خواهد شد. این بدان معناست که ورزش صبحگاهی در افزایش بهره وری کارکنان شهرداری قزوین تاثیر مثبت و مستقیم دارد. بنابراین فرضیه پژوهش تایید می شود.

فرضیه ۲: نشاط در افزایش بهره وری کارکنان شهرداری قزوین تاثیر معناداری دارد.

آماره معنی داری بین متغیر نشاط و افزایش بهره وری کارکنان برابر (۸/۰۰۴) می باشد که بزرگتر از مقدار (۱/۹۶) است و نشان دهنده این است که ارتباط میان نشاط و افزایش بهره وری کارکنان در سطح اطمینان (۹۵٪) معنی دار است. همچنین ضریب مسیر مابین این دو متغیر برابر (۰/۴۹۱) است و میزان تاثیر مثبت نشاط بر افزایش بهره وری کارکنان را نشان می دهد. به عبارتی دیگر یک واحد تغییر در نشاط، موجب افزایش ۰/۴۹۱ واحدی در بهره وری کارکنان خواهد شد. این بدان معناست که نشاط در افزایش بهره وری کارکنان شهرداری قزوین تاثیر مثبت و مستقیم دارد. بنابراین فرضیه پژوهش تایید می شود.

بحث و نتیجه گیری

مدت هاست که ورزش به عنوان اثرات مثبت بر بدن و ذهن از جمله بهبود سلامت جسمانی، وضوح ذهنی و کاهش استرس شناخته شده است. با این حال، مزایای ورزش بسیار فراتر از سلامت و رفاه فردی است. در واقع، افزایش کارایی کارمندان با ورزش بسیار چشمگیر است. به عبارتی ورزش می تواند تأثیر عمیقی بر بهره وری کسب و کار داشته باشد. اول و مهم تر از همه، ورزش می تواند کار تیمی و همکاری را تقویت کند. در یک ورزش تیمی، هر بازیکن نقش و مسئولیت خاصی دارد. بهره وری یک فاکتور اثرگذار در تعیین میزان دسترسی به اهداف از پیش تعیین شده در حوزه های مختلف است. در حوزه منابع انسانی نیز افزایش بهره وری به نوعی تداعی کننده سرآمدی و کارکرد مناسب این منابع می باشد.

یافته‌های پژوهش حاضر نشان داد ورزش صبحگاهی بر روی سلامت کارکنان و به ویژه بر روی میزان بهره‌وری آنها در سازمان می‌گردد.

منابع و مآخذ

درخشنده قهفرخی، سیده شیرین. (۱۴۰۱). راهبردهای قیمت‌گذاری مراکز ارائه‌کننده خدمات ورزشی (استخرها، باشگاه‌های ورزشی، مراکز ماساژ)، دومین همایش ملی و اولین همایش بین‌المللی نیمه مجازی اوقات فراغت، مشهد، ۱-۱۹. ساعتچیان، وحید، سیدی، زهرا، دهقان قهفرخی، امین، عزیزی، بهادر. (۱۴۰۱). شناسایی شاخص‌های مؤثر بر قیمت‌گذاری خدمات در باشگاه‌های ورزشی آمادگی جسمانی و ایروبیک، مدیریت ورزشی سال چهاردهم، شماره ۳ (پیاپی ۵۸)، ۱۶۴-۱۸۲.

محمدنژاد، معصومه، ۱۴۰۱، بررسی تأثیر ورزش صبحگاهی بر عملکرد شغلی کارکنان (مطالعه موردی: شهرداری خوی)، فصلنامه پژوهش‌های تربیت بدنی و علوم ورزشی، دوره ۲، شماره ۱۲، ۱-۱۰.

نویدی، ایمان، غفرانی پور، فضل‌اله، طاهری، زهرا، ۱۳۹۴، خورسندی محبوبه. بررسی تأثیر ورزش صبحگاهی بر کیفیت زندگی کارکنان مرکز بهداشت شهر اراک: یک گزارش کوتاه. مجله دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان. ۱۴ (۲): ۱۶۱-۱۶۶.

Chelmis, E., Niklis, D., Baourakis, G., Zopounidis., (2017), Multicriteria evaluation of football clubs: the Greek Superleague, Oper Res Int J, DOI 10.1007/s12351-017-0300-2.

Halkos G, Tzeremes N (2023) A two-stage double bootstrap DEA: the case of the top 25 European football clubs' efficiency levels. Manag Decis Econ 34(2):108-115.

Khodadadi M. R., Shirafkan, M., Farid Fathi, M; Masoom Zadeh, S. (2019). Investigation of Sanctions Effect on Iran's Trade and Major Trading Partners and Trend Forecasting in The Sports Industry, sport management study, 11 (57): 39-58. [in Persian]

Nazarian, A., Hemati Nejhad, M.A., Benar, N. (2020). Providing a Framework for Systematic Analysis of the Production Process to the Consumption of Iranian Sports Goods, sport management study, 12 (60): 125-150. [in Persian]

The effect of morning exercise on increasing the productivity of Qazvin municipality employees

Batoul Sokhansanj¹

Farhada Rashvand²

Mohammad Parsa Rashvand³

Hamideh Jalilvand⁴

Abstract

The aim of the present study is to investigate the effect of morning exercise on increasing the productivity of Qazvin Municipality employees. The present study is based on an applied objective and is considered a descriptive and survey-type study in terms of method. The statistical population of the study is Qazvin Municipality employees, whose number was 2000 people, which was estimated using the Cochran formula 322 and the simple random sampling method was selected. Data were collected through standard questionnaires. The present questionnaire has content validity and reliability was measured through Cronbach's alpha. Structural equation modeling and PLS software were used to analyze the data and examine the hypotheses. The results obtained from data analysis indicate that morning exercise and the resulting cheerfulness play a key role in the productivity of Qazvin Municipality employees and increase productivity among employees.

Keywords

Sports, vitality, productivity, Qazvin Municipality

¹ Master of Executive Management (Email:bsokhansanj90@gmail.com)

² Master of Media Management (Email:farhad.rashvand@yahoo.com)

³ Bachelor of Sports Science Student, Islamic Azad University, Qazvin Branch.
(Email:m.parsa.rashvand@gmail.com)

⁴ Master of Business Administration (Email:h.jalilvand82@gmail.com)